

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu aktivitas olahraga populer yang hadir dalam lingkungan masyarakat Indonesia adalah bola voli. Dalam aktivitas permainan bola besar, seringkali bola voli menjadi pilihan olahraga demikian pula untuk kalangan pemula sampai dewasa. Didukung popularitas permainan bola voli dalam kultur masyarakat, menjadikan permainan bola voli sangat akrab bagi masyarakat sehingga relatif mudah untuk diajarkan. Pada saat ini banyak sekali sarana dan prasarana yang berkembang di masyarakat guna menunjang aktivitas dalam permainan bola voli salah satunya dengan adanya perhimpunan yang diisi oleh orang-orang yang tertarik untuk mempelajari permainan bola voli secara mendalam. Adanya klub merupakan wadah untuk pembibitan dan pengembangan olahraga yang memiliki bakat dan potensi untuk dikembangkan baik untuk pemula hingga dewasa. Prestasi tinggi dicapai bukan hanya karena faktor bakat seseorang namun faktor eksternal yaitu latihan.

Bola voli merupakan suatu permainan yang dimainkan dalam bentuk *team work* atau kerjasama tim, dimana daerah masing-masing tim dibatasi oleh net.

Setiap tim berusaha untuk melewati bola secepat mungkin ke daerah lawan, dengan menggunakan teknik dan taktik yang sah dan memainkan bolanya

(Mawarti, 2019). Perkembangan permainan ini juga terwujud dalam berbagai bentuk variasi maupun event perkembangan dalam permainan bola voli, contohnya:

bola voli pantai atau pasir (*beach volleyball*), bola voli duduk (*sitting volleyball*), dan bola voli mini (*mini volleyball*) (Kosilah, 2020). Ketiga contoh perkembangan permainan bola voli tersebut merupakan salah satu indikasi pesatnya perkembangan permainan ini. Selain perkembangan tersebut masih banyak perkembangan yaitu dalam peraturan permainan dan peraturan perwasitan yang selalu semakin mengalami perubahan disesuaikan dengan perkembangan pola manusia ataupun situasi dan kondisi yang saat ini di hadapi. Walaupun juga tidak terlalu jauh meninggalkan unsur atau konsep utama dalam permainan bola voli.

Salah satu hal yang menentukan keberhasilan seseorang dalam menguasai keterampilan pada permainan bola voli adalah terdapat komponen seperti teknik, fisik, taktik dan mental (Sujarwo, 2021). Pada permainan bola voli khususnya untuk pemula, pemahaman akan penguasaan teknik menjadi hal yang paling utama dari beberapa komponen yang harus dikuasai. Menurut (Bakhtiar, 2020) seseorang yang dikatakan terampil suatu cabang olahraga apabila dia dapat menguasai teknik-teknik dasar cabang olahraga tersebut. Teknik menjadi fokus dalam penelitian ini karena selain penguasaan teknik itu sendiri harus dilakukan dan dilatih secara berkelanjutan, latihan teknik yang baik juga dapat menghasilkan keterampilan dalam permainan bola voli. Menurut (Khafidoh, 2019) Faktor teknik berhubungan erat dengan keterampilan khusus yang dimiliki oleh seseorang dan bisa ditingkatkan dengan latihan yang teratur dan intensif dengan baik dan benar agar dapat mengembangkan keterampilan khusus dan mengoptimalkan keterampilan seseorang. Selain itu peneliti menjadikan teknik sebagai benang merah dalam penelitian ini karna proses latihan teknik harus disesuaikan dengan untuk siapa

latihan tersebut akan diterapkan dan tentunya teknik tersebut harus dikombinasikan dengan baik agar tujuan dari keterampilan teknik tersebut dapat tersampaikan dan dipahami.

Menurut (B. Purnama, 2020) Latihan merupakan salah satu faktor eksogen yang berpengaruh langsung terhadap prestasi yang dicapai oleh atlet, karena itu latihan-latihan yang dilakukan harus mencakup segala aspek yang dibutuhkan oleh tuntutan dari olahraganya. Latihan merupakan salah satu faktor eksogen yang berpengaruh langsung terhadap prestasi yang dicapai oleh atlet, karena itu latihan-latihan yang dilakukan harus mencakup segala aspek yang dibutuhkan oleh tuntutan dari olahraganya.

Teknik *passing* bawah adalah teknik dasar utama yang harus dikuasai oleh pemain bola voli dengan baik karena akan berdampak pada rangkaian permainan bola voli. Penguasaan teknik *passing* bawah masih belum dikuasai sepenuhnya oleh atlet pemula dikarenakan dari pemahaman akan *passing* bawah yang belum sepenuhnya tercapai. Menurut (Setiawati, 2018) pada teknik dalam permainan bola voli, teknik *passing* bawah lebih aman, jika dibandingkan dengan teknik *passing* atas yang memerlukan sikap dan jari tangan khusus. Menurut (Rahmadi, 2019) Teknik *passing* bawah banyak dipergunakan oleh para pemula, karena teknik *passing* bawah ini tidak terlalu sulit namun juga tidak mudah untuk dilakukan bagi atlet pemula dan merupakan dasar bagi pemain untuk mengembangkan teknik *passing* bawah yang lainnya. Dengan kata lain teknik *passing* ini penting untuk diperhatikan dengan baik dan seksama agar perkenaan bola dan juga pengarahannya bola lebih terarah.

Pada latihan bola voli, tidak hanya diajarkan melalui klub melainkan sudah merambah masuk ke dalam ekstrakurikuler di sekolah. Menurut (Prastyo, 2018) Kegiatan ekstrakurikuler dalam pendidikan jasmani sangat penting karena merupakan suatu wadah untuk penyaluran bakat dan pembentukan prestasi. Dengan adanya ekstrakurikuler peserta didik dapat menambah pengetahuan dan memberikan kesempatan peserta didik untuk mengembangkan bakat yang dimilikinya. Tidak semua peserta didik mempunyai potensi atau bakat olahraga, dan juga tidak semua peserta didik tahu akan potensi atau bakat yang dimilikinya. Sehingga dalam hal ini perlu adanya suatu pihak yang dapat mengarahkan peserta didik tersebut agar potensi dan bakat dapat tersalurkan dengan tepat sasaran. Pihak yang dimaksud dalam hal ini adalah guru pendidikan jasmani. Di samping sebagai tenaga pengajar, guru pendidikan jasmani juga harus mampu mengetahui potensi atau bakat yang dimiliki peserta didik, sehingga guru penjas dapat mengarahkan peserta didik tersebut untuk mengembangkan bakat yang dimiliki. Dalam hal ini seorang guru penjas sangat berperan dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler.

Dalam masa latihan, penting adanya suatu hal yang dapat dijadikan variasi latihan yang pastinya akan menunjang performa. Salah satu variasi latihan yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan variasi latihan berbasis permainan. Variasi latihan merupakan suatu kegiatan yang dapat merangsang kreativitas serta daya pikir anak secara optimal tanpa anak tersebut merasa terpaksa untuk melakukannya (Priyanto, 2018). Variasi latihan bagi seseorang dapat memberi pelajaran atau pengalaman bagaimana beradaptasi baik itu dengan lingkungan, orang lain, maupun dengan dirinya sendiri. Dalam hasil observasi yang dilakukan

dilapangan, belum banyak variasi latihan yang ditawarkan untuk mempermudah latihan *passing* bawah bola voli. Selain belum banyaknya variasi latihan *passing* bawah yang dilakukan, pelatih belum banyak menerapkan model latihan yang berbasis bermain tanpa mengurangi penggunaan teknik latihan khususnya *passing* bawah. Dipilihnya pengembangan variasi model latihan *passing* bola voli menurut peneliti dapat menstimulus seseorang untuk lebih tekun dan menjadikan latihan bola voli semakin menyenangkan serta mengantisipasi kejenuhan dalam proses latihan bola voli. Pengembangan model latihan ini dibuat oleh peneliti supaya memberikan variasi latihan *passing* dengan menyenangkan yang dapat dengan mudah dipahami oleh semua kalangan yang menekuni permainan bola voli. Pengembangan model latihan teknik *passing* ini dibuat agar dapat meningkatkan kemampuan *passing* bola voli dan juga sebagai variasi latihan yang tidak monoton untuk dilakukan.

Dalam penelitian ini, urgensi peneliti selain sebagai syarat dalam menyelesaikan tugas akhir, adalah bagaimana peneliti dapat memahami apa yang menjadi permasalahan yang terjadi di lapangan khususnya terhadap latihan teknik *passing* bawah bola voli dan memberikan solusi terhadap permasalahan yang ada.

Peneliti dalam hal ini membuat pengembangan variasi model latihan *passing* bawah bola voli untuk mengetahui apakah model yang dikembangkan tersebut efektif

untuk dilakukan dan mengetahui apakah terdapat peningkatan yang signifikan terhadap kemampuan *passing* bawah. Hasil dari pengembangan model tersebut

adalah produk berupa buku panduan untuk pelatih, buku panduan untuk atlet pemula bola voli dan kalangan luas yang menekuni cabang olahraga bola voli yang

dapat digunakan untuk menerapkan suasana latihan yang inovatif dan menyesuaikan kebutuhan dalam proses latihan.

B. Fokus Penelitian

Agar dicapai hasil optimal dari pengembangan model latihan *passing* bola voli, maka fokus masalah pada penelitian ini adalah model latihan *passing* bawah bola voli untuk ekstrakurikuler.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pengembangan model latihan *passing* pada ekstrakurikuler bola voli?
2. Apakah model latihan *passing* bawah efektif untuk dilakukan dan dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan *passing* bawah pada ekstrakurikuler bola voli?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah yang sudah ditetapkan oleh peneliti, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui proses dalam model latihan *passing* bawah bola voli pada ekstrakurikuler.

2. Untuk dapat mengetahui efektivitas proses dalam model latihan *passing* bawah pada ekstrakurikuler bola voli.

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperbanyak variasi latihan yang yang tidak monoton dan tentunya tidak membosankan, sehingga dapat digunakan pada pelatih bola voli dan juga pemain pemula. Adapun kegunaan hasil penelitian ini nantinya antara lain:

1. Untuk mengetahui model latihan yang di pakai dalam latihan *passing* bawah bola voli, serta memberikan pengetahuan baru kepada pelatih bola voli.
2. Memberikan suasana baru bagi atlet pemula bola voli dalam proses latihan sehingga atlet merasa tidak jenuh.
3. Mempermudah atlet pemula bola voli dalam melakukan latihan.
4. Membantu upaya memajukan prestasi untuk atlet pemula bola voli meraih prestasi tertinggi.
5. Bagi peneliti akan menjadi temuan dan pengembangan model *passing* bola voli bola serta meningkatkan pengetahuan serta kajian ilmu.

F. State of The Art

Keterbaruan dalam penelitian merupakan sesuatu yang harus dilakukan guna menemukan hal yang baru. Keterbaruan dalam penelitian ini adalah :

Tabel 1.1 *State of The Art*

Penelitian Terdahulu	Hasil Penelitian
Rendi Abrasyi (2018). <i>Model Latihan Passing Bawah Bola Voli Untuk Usia 13-16 Tahun.</i>	Penelitian ini menggunakan instrumen angket, kuesioner dan instrumen tes keterampilan gerak passing bawah bola voli. Uji keefektifitas melalui tes awal memperoleh nilai rata-rata sebesar 51,00 dan tes akhir memperoleh nilai rata-rata 72,05 maka dapat diambil kesimpulan bahwa model latihan passing bawah bola voli efektif untuk meningkatkan keterampilan gerak passing bawah.
Teguh Dwi Prasetya (2018). <i>Model Latihan Passing Bawah Bola Voli Berbasis Permainan Untuk Atlet Pemula.</i>	Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata hasil latihan passing bola voli sebelum diberikan model latihan berbasis permainan adalah 62,6, setelah diberikan perlakuan dengan model latihan berbasis permainan adalah 81,28 artinya bahwa nilai rata-rata ada peningkatan. Dalam uji signifikansi perbedaan dengan SPSS 16 didapat hasil t-hitung p-value = $0.000 < 0.05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan latihan passing bola voli sebelum dan sesudah menggunakan model latihan berbasis permainan yang digunakan sebagai validasi dalam uji coba yang dilakukan.
Mu'arifuddin (2018) <i>Pengembangan Model Latihan Passing Bawah Klub Bola Voli IKIP Budi Utomo Malang</i>	Hasil analisis persentase data dari uji validasi ahli diperoleh sejumlah 87,75% dengan kategori valid untuk ahli bola voli dan 94,75% dengan kategori valid untuk ahli media, sehingga dinyatakan valid dan dapat digunakan. Hasil uji lapangan pada kelompok kecil dengan subjek 8 Pemain diperoleh persentase 87,63% dengan kategori valid dan uji coba kelompok besar dengan subjek 20 Pemain diperoleh persentase sebesar 91,41% dengan kategori valid.

<p>Dewi (2021) <i>Pengembangan Model Latihan Passing Bawah Permainan Bola Voli Berbasis Drill Untuk Atlet Pemula</i></p>	<p>Hasil akhir penilaian produk oleh ahli kepelatihan menunjukkan bahwa model latihan passing berbasis drill ini dinyatakan “layak diterapkan” dengan persentase kelayakan 95%, hasil akhir dari penilaian ahli bola voli menunjukkan “layak diterapkan” dengan presentasi kelayakan “100%” dan hasil akhir penilaian produk oleh ahli analisis gerak motorik menunjukkan “layak diterapkan” dengan persentase kelayakan 90%.</p>
<p>Siregar (2021) <i>Variasi Latihan Passing Bawah Dengan Model Huruf Pada Atlet Pemula.</i></p>	<p>Hasil uji kelompok besar terhadap 30 orang atlet bola voli menunjukkan bahwa 7 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 96-100%. 7 model variasi latihan tersebut baik untuk meningkatkan kemampuan dan ketepatan passing bola voli dan latihan.</p>

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*